

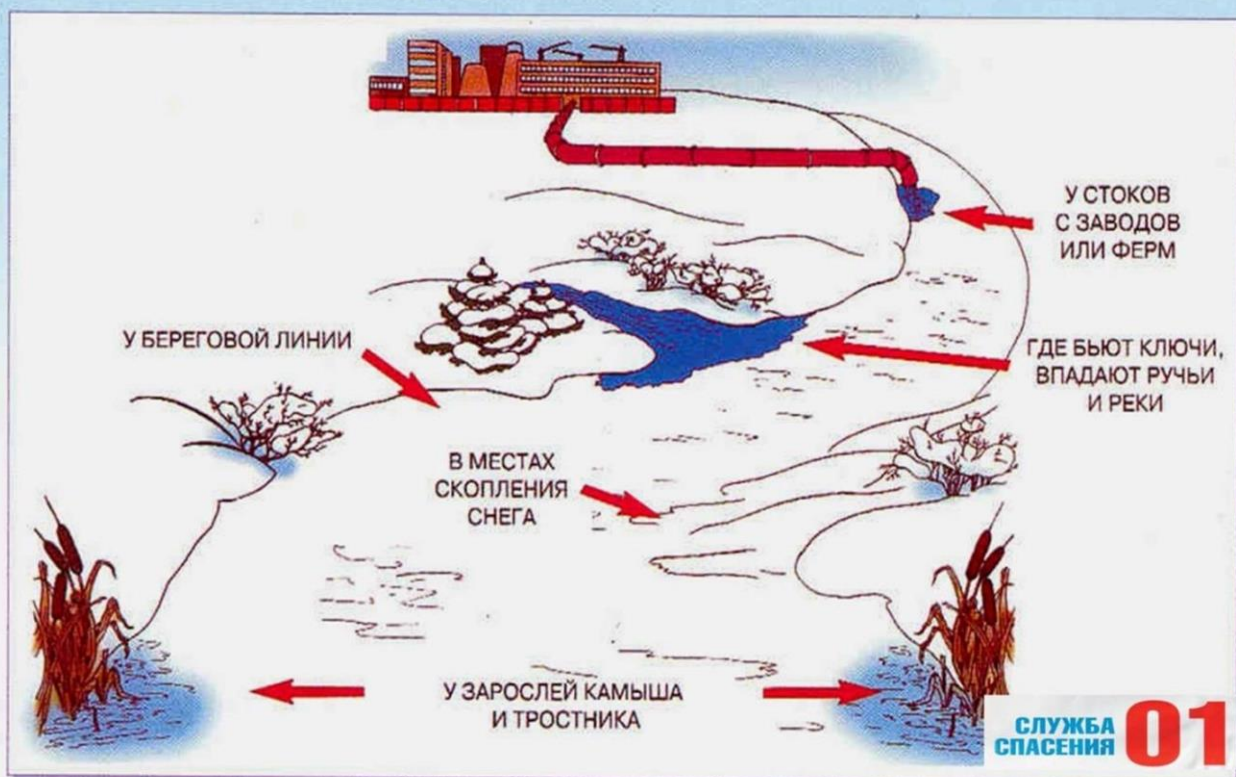
# Памятка

## о правилах поведения на водоемах в период ледостава



**ОПАСНЫЕ МЕСТА У ВОДОЕМОВ!**

ГИМС МЧС России **ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:** Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни



### Если вы провалились в полынью



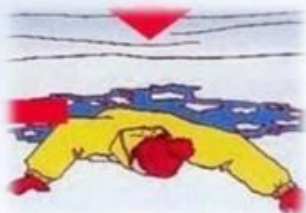
**Не погружаться в воду с головой**



**Не паниковать, позвать на помощь**



**Выбираться в сторону, с которой произошло падение**



**Наползать на лёд, раскинув руки в стороны**



**Забросить на лёд ногу, откатиться от полыньи**



**Проползти 3-4 метра по своим следам**



**Не отдыхая, бежать к ближайшему жилью**